

Endocrinologia e Medicina Estética

Edição VIII

Capítulo 7

OBESIDADE E ESTÉTICA: ABORDAGENS ENDÓCRINAS E NUTRICIONAIS

ALINE APARECIDA DA SILVA PIEROTTO¹
GERMANA VICTÓRYA MARTINS BORELLI²
KEMILLIN DYULIAN GARCIA²
LARA CAROLINA DUARTE ORÇA²
ARIANE POLIDORO BELUSSO²
ANTONIO HOFFMANN PADOIN²
CAMILLE GIOVANNA CANCERI LUMERTZ²
EDUARDA BALHEJOS²

ISABELLA RUPPENTHAL²
JÚLIA SCHMIDT OSCAR²
JULINE NEUHAUS WASEM²
LAURA STARCK LAINI²
MARIA FERNANDA SALLES PIBERNAT²
MARINA HAESER KAUFMANN PEREIRA²
RAFAELA DE ABREU ALBARUS²

¹Discente – Enfermagem da Universidade do Vale do Rio dos Sinos

²Docente – Medicina da Universidade do Vale do Rio dos Sinos

Palavras-chave: Composição Corporal; Obesidade; Tirzepatida

DOI:

10.59290/2929142120

EP EDITORA
PASTEUR

INTRODUÇÃO

Segundo a Organização mundial da saúde (OMS) em 2022, 2,5 bilhões de adultos com 18 anos ou mais estavam acima do peso, destes mais de 890 milhões viviam com obesidade. A OMS classifica a obesidade como uma doença crônica não transmissível de alta complexidade, caracterizada por depósitos excessivos de gordura que podem prejudicar a saúde. Nesse sentido, ela pode levar ao aumento do risco de diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares, e ainda pode afetar a saúde óssea e reprodutiva. Além do risco significativo à saúde devido às comorbidades associadas à doença, a obesidade também carrega um forte impacto psicossocial, em que estigmas e discriminações sociais prejudicam a condição da pessoa obesa, incitando diversos problemas psicológicos como baixa autoestima, percepção corporal distorcida, insatisfação com a própria aparência física e um autoconceito negativo generalizado.

Tais sentimentos frequentemente acarretam um quadro de reclusão, melancolia, ansiedade e depressão, o que pode acabar agravando a evolução da obesidade e de suas comorbidades. (SEGAL & GUNTURU, 2024). A obesidade é reconhecida como uma condição multifatorial, resultante da interação entre fatores genéticos, ambientais, comportamentais, fisiológicos e socioculturais. Estudos com gêmeos, adotados e famílias evidenciam que a herança genética exerce papel significativo na determinação do índice de massa corporal (IMC), com estimativas de herdabilidade variando entre 40% e 70%. Além disso, aspectos hormonais também contribuem para a fisiopatologia da obesidade, destacando-se a leptina e a grelina, hormônios que regulam de forma rigorosa o processo digestivo.

A leptina, secretada predominantemente pelos adipócitos, exerce efeito anorexígeno ao suprimir a ingestão alimentar, enquanto a grelina, produzida pelas células do trato gastrointestinal, apresenta efeito orexígeno ao estimular a fome e participar da fase cefálica da digestão. Entretanto, em indivíduos obesos, observam-se paradoxos nessa regulação: níveis elevados de leptina e reduzidos de grelina são frequentemente descritos, sugerindo resistência à leptina, embora os mecanismos exatos permanecem pouco esclarecidos (SINGH *et al.*, 2025). Nesse cenário, o entendimento da obesidade como uma disfunção metabólica crônica, e não apenas um desafio nutricional, aprimora a finalidade do tratamento de apenas "perder peso" para promover uma melhora na composição corporal.

Diante disso, as abordagens tradicionais, centradas exclusivamente na restrição calórica, frequentemente resultam na redução da taxa metabólica e na depleção de massa muscular magra. Porém, as abordagens terapêuticas, ao focar nos mecanismos hormonais, oferecem um caminho para um tratamento mais preciso e eficaz (SINGH *et al.*, 2025). O surgimento de novas farmacoterapias, como a tirzepatida (conhecida como Mounjauro no Brasil), exemplifica essa mudança. Esse medicamento atua como um agonista dos receptores de GLP-1 (peptídeo-1 semelhante ao glucagon) e GIP (polipeptídeo inibidor gástrico) - modulando a saciedade, o retardo do esvaziamento e também otimizando a secreção de insulina, resultando em um controle glicêmico mais eficaz. A relevância clínica desse mecanismo reside em sua capacidade de promover uma perda de peso qualitativa, que se direciona predominantemente ao tecido adiposo, preservando a massa muscular magra. Diante disso, a melhora do perfil estético, não é apenas um efeito secundário, mas

uma consequência direta da abordagem terapêutica que atende tanto aos objetivos clínicos quanto aos objetivos estéticos do paciente. Em contrapartida, embora as evidências científicas confirmem a eficácia dessas novas terapias, é importante reconhecer suas limitações, como a falta de dados sobre a segurança, eficácia a longo prazo, avaliação do custo-benefício e da acessibilidade desses medicamentos (KOKKORAKIS *et al.*, 2025).

Este capítulo tem como objetivo, realizar uma revisão sistemática da literatura, publicada entre os anos de 2023 e 2025 nas bases SciELO, PubMed e Scopus, a fim de analisar a obesidade de uma forma mais heterogênea, examinando e sintetizando as evidências disponíveis sobre o papel das abordagens endócrinas e nutricionais no manejo da obesidade. Procurou-se, compreender a relação entre parâmetros de composição corporal, percepção da imagem corporal e o uso de fármacos antiobesidade, como a tirzepatida avaliando sua eficácia e seu impacto na redução ponderal e no perfil corporal.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão sistemática realizada no período de agosto e setembro de 2025, por meio de pesquisas nas bases de dados: PubMed/MEDLINE. Foram utilizados os descritores MeSH: “adulto”, “antropometria”, “obesidade”, “*body image*” e “*anti-obesity drug*”, combinados entre si com os operadores *AND* e *OR*.

Os critérios de inclusão foram: artigos nos idiomas português e inglês; publicados no período de 2023 a 2025 e que abordavam as temáticas propostas para esta pesquisa envolvendo participantes adultos ou idosos com sobrepeso/obesidade. Estudos do tipo revisões sistemáticas, estudos prospectivos, subestudo de RCT e revisão narrativa que investigassem interven-

ções farmacológicas ou nutricionais voltadas ao manejo da obesidade; além de capítulos de referência que abordassem a etiologia da doença e as questões psicológicas associadas, disponibilizados na íntegra. Os critérios de exclusão foram: artigos duplicados, disponibilizados na forma de resumo, que não abordavam diretamente a proposta estudada e que não atendiam aos demais critérios de inclusão.

A seleção das publicações foi realizada em duas etapas. Na primeira, foram selecionados, por um primeiro revisor, artigos da base do PubMed, seguida de uma triagem inicial de títulos e resumos, visando a remoção daqueles que não se encontravam dentro dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos.

Na segunda etapa, foi realizada uma leitura completa dos artigos pelo segundo revisor, e, a partir de uma segunda aplicação dos critérios de elegibilidade. Divergências entre os revisores foram resolvidas por consenso, resultando na exclusão de alguns artigos e na seleção final de 7 materiais complementares que foram submetidos à leitura minuciosa para a coleta de dados. Os resultados foram apresentados em tabelas ou, de forma descritiva, divididos em categorias temáticas abordando: alterações endócrinas e nutricionais, além da estética relacionadas à obesidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Além da Doença

Falar de obesidade apenas como uma doença é reduzir sua complexidade. Os resultados analisados demonstram que, além das alterações endócrinas e nutricionais, existe toda uma dimensão estética que atravessa a experiência da própria vivência com o excesso de peso. A forma como o corpo é percebido, tanto pelo próprio indivíduo com obesidade quanto pela sociedade como um todo, influencia não só a

autoestima, mas também a motivação para aderir ou abandonar a abordagem terapêutica.

Impacto Duplo: Saúde Metabólica e Estética Corporal

Enquanto a endocrinologia destaca sua preocupação com as diversas complicações clínicas (resistência insulínica, hipertensão arterial, doenças hepáticas, dislipidemia, aumento significativo do risco cardiovascular), a estética corporal trata-se de um dos elementos mais valorizados pelos pacientes em sua trajetória de cuidado. O excesso de peso, frequentemente, é interpretado como falha individual, o que reforça o estigma e o sofrimento psíquico. Estudos qualitativos mostram que a motivação inicial para a busca de tratamento, em muitos dos casos, é a estética, e não a clínica. Contudo, ao longo prazo, percebe-se que quando o paciente é acolhido em sua integridade, há maior adesão e engajamento em seu processo terapêutico (ADAMIDIS *et al.*, 2025)

Perspectiva Endócrina

As abordagens endócrinas atuais ultrapassam o objetivo de “emagrecer” e focam em reduzir riscos e preservar a funcionalidade dos corpos. Medicamentos como os agonistas do GLP-1, ao promoverem saciedade, melhoram a glicemia, reduzem risco cardiovascular e, ao mesmo tempo, possibilitam uma redução ponderal significativa. No entanto sua aplicação não deve ser pautada apenas em resultados visíveis, mas também no equilíbrio entre o benefício clínico e a preservação da massa magra (ADAMIDIS *et al.*, 2025)

Nos últimos anos, a tirzepatida, fármaco que atua como agonista duplo de peptídeo 1 semelhante ao glucagon (GLP-1) e peptídeo inibitório gástrico (GIP), têm se destacado como uma das terapias mais eficazes para a obesidade. Estudos clínicos demonstram que a tirzepatida reduz não apenas o peso corporal, mas tam-

bém a gordura visceral e a circunferência da cintura, regiões diretamente associadas à estética corporal. Entretanto, assim como em outros medicamentos dessa classe, persiste a preocupação com a preservação da massa magra e com os efeitos estéticos adversos, como a flacidez cutânea decorrente da perda rápida de peso. Essa ambivalência evidencia que o sucesso terapêutico não deve ser avaliado apenas por parâmetros metabólicos, mas também pela satisfação global com a imagem corporal e pela qualidade da experiência subjetiva do paciente (ADAMIDIS *et al.*, 2025)

Perspectiva Nutricional

No campo nutricional, o desafio vai além da adequação calórica: envolve educação alimentar, equilíbrio psicológico e respeito à identidade do paciente. Dietas restritivas (como a dieta do mediterrâneo), embora eficazes a curto prazo, tendem a comprometer a massa muscular e intensificar a sensação de privação, fatores que aumentam as chances do desenvolvimento de transtornos alimentares e as chances de reganho de peso (ROCHITA *et al.*, 2024)

Nesse contexto, estratégias nutricionais mais modernas apontam para a preservação da massa magra e para a modulação da inflamação, elementos essenciais para a saúde metabólica e para a estética corporal. A adequação da ingestão proteica, juntamente com a prática de exercícios físicos, é fundamental para evitar a sarcopenia e manter o tônus muscular, que compõem a estética de um corpo saudável, principalmente no público idoso (HENNEY *et al.*, 2023)

Além disso, nutrientes como o ômega-3, as vitaminas lipossolúveis D e E e os compostos bioativos (exemplo: polifenóis, curcumina e resveratrol) têm papel relevante na redução inflamatória sistêmica de baixo grau associada à obesidade, o que impacta, de forma positiva, no

metabolismo e na qualidade da pele (ADAMIDIS *et al.*, 2025)

Perspectiva Estética

Esteticamente, a obesidade não é apenas um fator de risco metabólico, mas também um fator que afeta diretamente a composição e o contorno do corpo. O acúmulo de tecido adiposo visceral e subcutâneo, em especial na região abdominal, modifica de maneira significativa a proporção cintura-quadril, afetando a silhueta e a percepção de atratividade física.

Além da deposição de gordura, é importante considerar que o processo de emagrecimento, quando conduzido de forma rápida e não supervisionada, pode gerar resultados estéticos indesejados. Isso acontece porque a perda de peso geralmente não se limita apenas à redução de massa gorda; ela também afeta a massa magra, comprometendo a definição muscular e a tonicidade dos tecidos.

Essa perda dupla pode resultar em flacidez da pele, desproporção corporal e perda de definição estética, transformando a aparência do corpo do indivíduo de forma negativa, mesmo diante de uma redução de peso significativa. Pesquisas recentes com novas terapias farmacológicas, como a tirzepatida, demonstram que, embora haja uma redução expressiva de gordura total e visceral, manter a massa magra ainda é um desafio. Essa preservação é essencial tanto para a saúde metabólica, quanto para o resultado estético satisfatório.

Assim, sob a ótica da medicina estética, o emagrecimento deve ser abordado de forma estratégica e multidisciplinar, integrando tratamento farmacológico, apoio nutricional e estímulos de atividade física a fim de minimizar a flacidez e potencializar a definição corporal. Essa integração garante que a perda de peso não seja apenas numericamente expressiva, mas

que também resulte em melhoria estética visível, com maior impacto na autoestima e qualidade de vida (ROCHIRA *et al.*, 2024).

Procedimentos/Cirurgia

Atualmente, com o avanço da tecnologia aplicada à medicina, o manejo da obesidade não se restringe apenas ao controle clínico e nutricional, mas também inclui procedimentos que visam melhorar a composição corporal e a qualidade estética. Durante o processo de emagrecimento, destacam-se os tratamentos não invasivos de remodelação corporal, como a radiofrequência, que auxilia na firmeza da pele por meio do estímulo do colágeno, e a criolipólise, que promove a redução da gordura localizada por meio do resfriamento controlado dos adipócitos, levando à sua apoptose. Esses recursos, embora funcionem apenas como um complemento à alimentação saudável e à rotina de exercícios físicos, contribuem para minimizar alterações comuns em perdas de peso rápidas, como a flacidez (ROCHIRA *et al.*, 2024).

Nos casos de emagrecimento significativo, a cirurgia bariátrica consolidou-se como uma das principais ferramentas, sendo indicada especialmente para obesidade grave associada a comorbidades metabólicas. Entre as técnicas disponíveis, o Roux-en-Y Gastric Bypass (RY-GB) é considerado o mais funcional, por promover perda de peso sustentada e melhora das comorbidades metabólicas, como diabetes tipo 2, hipertensão e dislipidemia. Além desse impacto clínico, tal procedimento cirúrgico também influencia a estética ao reduzir a gordura visceral e subcutânea.

No entanto, infelizmente, após a realização de tais intervenções, percebe-se o excesso de pele em abdômen, braços e coxas. (ADAMIDIS *et al.*, 2025). Nesses casos, a associação com cirurgias reparadoras torna-se fundamental para restaurar tanto a funcionalidade quanto a har-

monia corporal. Os procedimentos mais utilizados são a abdominoplastia, voltada para a retirada do excesso de pele abdominal, e a lipoaspiração, utilizada para melhorar o contorno corporal e eliminar depósitos de gordura persistentes.

Assim, observa-se que a integração entre tecnologias não invasivas, cirurgia bariátrica e cirurgias reparadoras amplia as possibilidades de cuidado, permitindo que a abordagem da obesidade contemple não apenas a melhora metabólica, mas também a autoestima, a estética e a qualidade de vida do paciente.

CONCLUSÃO

A abordagem multidisciplinar no cuidado do paciente com obesidade torna-se cada vez mais importante no manejo dessa condição. Sabe-se que a obesidade se caracteriza como uma doença multifatorial e que traz consigo implicações em diversas esferas da vida. Além de estar associada ao aumento do risco de comorbidades, como diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares, impacta na autoestima e na visão do indivíduo sobre si mesmo. Nesse sentido, destaca-se que uma das principais motivações iniciais do paciente em buscar o atendimento para lidar com a obesidade é a estética.

Diante disso, é relevante pensar em estratégias que auxiliem em uma projeção de silhueta que agrade o indivíduo, de forma a reduzir gradualmente a gordura corporal, prevenindo o surgimento de flacidez e tentando minimizar a perda de massa muscular.

Atualmente, existem múltiplas opções para o manejo da obesidade, sendo possível realizar mudanças de estilo de vida, tratamento farmacológico ou cirúrgico. A tirzepatida surge como um exemplo de terapia medicamentosa eficaz em reduzir o peso numérico e a gordura total, além de melhorar o perfil endócrino e metabólico, contudo, ao ser utilizada de forma isolada, é pouco efetiva na preservação da massa magra, influenciando, por consequência, a questão estética. De tal modo, fica evidente que, embora opcional, a realização de procedimentos estéticos somados a uma reeducação esportiva e alimentar deve ser associada, uma vez que, além de influenciar na autoestima, remete a saúde e bem estar. Conclui-se, pois, que a presença da medicina multidisciplinar é imprescindível na abordagem do indivíduo com obesidade, uma vez que a escolha terapêutica adequada, que integra a endocrinologia, a nutrição e a estética desempenha um papel fundamental na promoção de uma melhor qualidade de vida ao sujeito.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADAMIDIS, N. *et al.* Short-term effects of tirzepatide in obese adults: a real-world prospective study. *Cureus*, v. 17, n. 6, p. e85970, 2025. DOI: 10.7759/cureus.85970

HENNEY, A.E.; WILDING, J.P.H.; ALAM, U. *et al.* Obesity Pharmacotherapy in Older Adults: A Narrative Review of Evidence. *International Journal of Obesity (London)*, v. 49, n. 3, p. 369–380, 2025. DOI: 10.1038/s41366-024-015-29-z

KOKKORAKIS, M. *et al.* Emerging pharmacotherapies for obesity: a systematic review. *Pharmacological Reviews*, v. 77, n. 1, p. 100002, 2025. DOI: 10.1124/pharmrev.123.001045

LOOK, M. *et al.* Body composition changes during weight reduction with tirzepatide in the SURMOUNT-1 study of adults with obesity or overweight. *Diabetes, Obesity and Metabolism*, v. 27, n. 5, p. 2720–2729, 2025. DOI: 10.1111/dom.16275

ROCHIRA, V.; GRECO, C.; BONI, S. *et al.* The effect of tirzepatide on body composition in people with overweight and obesity: a systematic review of randomized, controlled studies. *Diseases*, v. 12, n. 9, p. 204, 2024. DOI: 10.3390/diseases12090204

SEGAL, Y.; GUNTURU, S. Psychological issues associated with obesity. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2025.

SINGH, A.; HARDIN, B. I.; KEYES, D. Epidemiologic and etiologic considerations of obesity. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2025.